

Lcub通信

エルキューブツウシン

2024

7月号

Vol.67

発行:株式会社エヌジェイアイ 健院エルキューブ八山田・三春

職員紹介

L-CUBデイサービス三春

三瓶 広美

L-CUB デイサービス三春に入職しました、三瓶広美です。

趣味は、ガーデニングで、色々な花を育てて香りを楽しんでおります。特にバラや芍薬等が好きです。

韓国ドラマを鑑賞することも好きで、恋愛物や時代物などを鑑賞しながらゆっくりと過ごすことが好きです。

利用者様とコミュニケーションを大切にして明るく楽しくを心掛けていきたいと思っております。

精一杯頑張りますので宜しくお願い致します



吉田 智紀

L-CUB デイサービス三春に入職しました。吉田智紀です。

休みの日は友達と自然が多い所や、海にドライブにいい気分転換をして過ごしています。

利用者様一人一人に寄り添って相手を思いやられるような介護士になりたいと思っています。また利用者様や、共に働く職員の方からも信頼され頼られる様になりたいので、精一杯頑張りますので宜しくお願い致します。



2024年介護保険法改正について

2024年4月から介護保険制度が改正されました。介護保険法は3年に1回見直されます。2024年改正の主なポイントを紹介いたします

- ①地域包括ケアシステムの深化・推進
介護を必要とする方に切れ目なく提供できる体制づくりを行っていくこと
- ②自立支援・重度化防止に向けた対応
高齢者の自立支援や重症化防止を実現するために、多職種間の連携やデータの活用を推進しています
- ③良質な介護サービスの効率的な提供に向けた働きやすい職場づくり
処遇改善や働きやすい職場環境づくりなど、介護人材の不足に対処する内容が盛り込まれています

④制度の安定性・持続可能性の確保
介護保険制度の安定性と持続可能性を確保し、全世代が安心して利用できる制度の構築を目指しています
この4つを基本的な視点として改定内容が定められています

サービスの種類、要介護度等により異なりますが、介護保険サービス利用料金が変わります。介護現場で働く方の処遇改善を行い人材確保に努め、良質なサービス提供を続けることができるようになるための取り組みです。ご理解いただけますようお願いいたします。ご不明な点がございましたら、いつでもご相談ください。

お問合せ L-CUB介護支援センター八山田 ☎024-991-1042 L-CUB介護支援センター三春 ☎0247-61-6612

L-FIT 通信



筋力トレーニングの必要性

筋力トレーニング(筋トレ)の必要性をご存じでしょうか?筋トレと聞くと「辛い、キツイ…」といったイメージがあるかもしれませんが筋トレにはたくさんのメリットがあるんですよ!前号に引き続き筋トレの必要性をお伝えします!

- 柔軟性の向上 筋力トレーニングで柔軟性を高めることができます。正しいフォームで行うことが重要です。
- ストレスの解消 筋力トレーニングは達成感や心地よい疲労をもたらす、ストレスを解消します。
- 美容・アンチエイジング 筋力トレーニングは成長ホルモンの分泌に効果的で、若々しい見た目を保つのに役立ちます。

総じて、筋力トレーニングは健康的な生活を送るために不可欠であり、体力向上や体脂肪の減少、骨密度の向上、姿勢の改善などに効果的です。



お問合せは L-FIT 八山田 ☎024-991-1045

編集後記

6月号のなぞなぞは皆さん解きましたか?
Q1. の答えは「休校」です。学校が休みになる事を「休校」といいますね。
列車の「急行」と読み方が同じですね。
Q2. の答えは「にゅうし」です。生え変わる前の子供の歯を「乳歯」といいますね。つまり「にゅうし」ということです。
今回は、
Q1. どんなに頼んでも、売ってくれないお仕事はなーんだ?
Q2. 「ダイニテン」ってどんな動物でしょうか?
L-CUB通信委員長 高根澤 澁希

エルキューブ八山田・三春
入居者募集中!
☎ 0120-933-610(八山田)
☎ 0120-350-180(三春)

看護スタッフ
介護スタッフ(三春・八山田)
職員募集中!
☎ 0120-933-610(八山田)
☎ 0120-350-180(三春)

くっと、健康コミュニケーション



エルキューブ

検索



健院エルキューブ八山田 〒963-8052 郡山市八山田3-8 ☎024-991-1200(宗像) E-mail info@l-cub.jp
健院エルキューブ三春 〒963-7733 三春町大字山田字クルミヤツ15-2 ☎0247-61-6601(大森) E-mail info_miharu@l-cub.jp

L-FIT 八山田
ジム1回
無料体験券

※お一人様1回限り
※事前予約が必要です ☎024-991-1045
※有効期限 2024年7月末





楽しいひととき♡



時計の製作をしたよ!



見て、上手でしょ?



お砂場遊び楽しいね~

L-kid's 八山田

保育参観

〜親子の触れ合い〜
 エルキッズ保育園八山田では、5月20日から5月24日にかけて保育参観を行いました。
 入園進級してから約1か月半が経ち、徐々に保育園の生活にも慣れてきた子どもたち。保護者の方も一緒に活動に参加し保育園での子どもたちの様子を見ていただきました。室内で製作をしたり運動遊びをしたり。天気が良い日には戸外に出かけ、公園活動やお散歩を楽しみました。
 お父さんやお母さんと一緒に活動を行うことができ、子どもたちも嬉しそうでした。
 ご参加いただき、ありがとうございました。



苗植え体験



たっぷり水やり♪



楽しい保育参観week!!



親子で朝のお集り

L-kid's 三春

楽しかった5月の行事

〜保育参観・野菜の苗植え〜
 エルキッズ保育園三春では、5月に保育参観を実施しました。お家の方と一緒に朝のお集りやお散歩、給食まで活動を楽しみました。お家の方と過ごせて嬉しかった。日となりました。
 また野菜の苗植えでは、トマトと枝豆の苗をプランターに植えました。興味津々の子どもたち! 先生のお話をじっくり聞いて苗を植えお水をあげました。大きくなるのが楽しみですね。

デイサービス 八山田

母の日

〜笑顔がいつぱい〜
 デイサービス八山田では、5月13日に母の日のお祝いをしました。ささやかではありますが、職員からメッセージカードのプレゼントをさせていただきました。
 また、おやつには、厨房スタッフと協力し、アイスにベリソースとクリームをトッピングした可愛いらしいおやつを提供させていただきました。利用者様から「美味しかったよ」「もっと食べたい」とおかわりを希望される方もいらっしゃいました。皆様に喜んでいただけたイベントになりました。



ありがとう



カーネーション



にっこり



おいしかった

デイサービス 三春

ミニ運動会

〜みんなで楽しく運動会〜
 デイサービス三春では5月22日に利用者様とスタッフで、ミニ運動会を行いました。
 赤チーム・白チームに分かれてラジオ体操を行い、しっかりと体をほぐしたあとから
 玉入れ、棒投げ、円盤投げの順番で、行いました。玉を入れる時や、棒を投げる時に気合を入られて、「えい!えい!」と大きな声で取り組まれていました。その後は、職員対抗戦で、紙コップタワー積みを行い、利用者様から大きな歓声が上がっていました。



入るかな!?



楽しく棒投げ



完成!何か違くない??



負けるな!負けるな!

ライフステージ 八山田

リクエストにお応えして!

〜ラーメンを楽しむ〜外食イベント〜
 ライフステージ八山田では5月に、ご入居者様のおすめのラーメン屋さんへ行ってきました。
 富田町にある中華料理屋、大昇楼です。お屋からビールで乾杯された入居者様もいらっしゃいました。
 香ばしいスープの香りに包まれながらみんなで楽しい食事のひとときを過ごしました。
 普段とは違う環境での食事は新鮮な会話も弾みました。お店の方々の温かいおもてなしに感謝し、心も体も温まる素敵な日となりました。

ライフステージ 三春

★祝★

〜102歳誕生日とおやつ作り〜
 ライフステージ三春には5月で102歳になられた入居者様がいらっしゃいます。
 とてもお元気で笑顔が素敵です。これからも元気に過ごして頂けるように支援して参りたいと思います。
 5月15日に「このほり風クレープ作り」を行いました。
 焼く作業から盛り付けまで行って頂き、かわいい鯉のぼりのクレープ完成しました。
 おやつで頂き、「おいしい!」や「クレープ初めて食べたけどいいね」との声聞かれておりました。



すり鉢の味噌ラーメン



ラーメンに夢中~



醤油ラーメンうまい!



かんぱ~い!



これからもお元気で過ごしてくださいね♡



102歳 おめでとーおめでとう!



美味しかった♡



上手に出来たよ!